جامعة إفريقيا العالمية
المركز الإسلامي الإفريقي

المؤتمر العالمي للقرآن الكريم ودوره في بناء الحضارة الإنسانية
(بمناسبة مرور (١٤) قرناً على نزوله)

٢٠ - ٢٢ محرم ١٤٣٣هـ ، الموافق ١٥ - ١٧ ديسمبر ٢٠١١م
الخرطوم - السودان

لجنة الأوراق والسكرتارية

الأوراق العلمية

(الكتاب الثالث)

الإخراج الفني والتصميم
الأستاذ: طارق فاروق عبدالله هارون
الأستاذ: عبدالرحمن محمد الوسيلة

تصميم الغلاف
الشيخ الأمير

محرم ١٤٣٣هـ / نوفمبر ٢٠١١م

لجنة الأوراق والسكرتارية

١) الدكتور/ عمر أحمد سعيد	رئيساً .
٢) الدكتور/ عبدالقيوم عبدالحليم الحسن	رئيساً مناوباً.
٣) الدكتور/ كمال محمد جاه الله	عضواً .
٤) الدكتور/ محمد عبدالقادر محمد	عضواً
٥) الدكتور/ يوسف خميس أبورفاس	عضواً .
٦) الدكتور/ المعتصم محمد الأمين	عضواً .
٧) الأستاذ/ طارق فاروق عبدالله هارون	عضواً مقرراً .
٨) السماني علي أحمد	عضواً .

المحتويات

م	الموضوع	رقم الصفحة
١.	**المحتويات**	أ
٢.	**مقدمة الكتاب**	ب
٣.	**تقديم الكتاب بروفسور حسن مكي محمد أحمد**	ج
٤.	**فروض منطقية لتكوين الرؤية الوحدوية للعلم اعتماداً على مرجعية الوحي (القرآن الكريم)(د. وائل أحمد خليل صالح الكردي- السودان)**	١ ـ ٢٣
٥.	**أثر تدريس القراءات العشر إلكترونياً في تنمية بعض مهارات القراءات القرآنية (دراسة تجريبية)(د.عادل بن إبراهيم بن محمد رفاعي –السودان)**	٢٥ ـ ٦٠
٦.	**الحجة القوية فيما تفرد به حفص عن بقية القراء من طريق الشاطبية(أ/ هجو الإمام محمد –السودان)**	٦١ ـ ٨٩
٧.	**الإعجاز العلمي في المماثلة بين النظم الخلقية والنظم الحاسوبية في القرآن الكريم (أ.د/ عوض حاج علي أحمد –السودان)**	٩١ ـ ١٥٣
٨.	**الإعجاز العلمي للقرآن الكريم في علوم الرياضيات (د. جمال الدين محمد مصطفي - السودان)**	١٥٥ ـ ١٨٦
٩.	**الإعجاز العلمي في الصيام(الصيام آية من آيات الله في رحمته بخلقه) (البروفيسور/ حسن أبو عائشة – السودان)**	١٨٧ ـ ٢٠٨
١٠.	**البصمةُ اللونية إعجازٌ قرآني (أ.د/ عمر عبد العزيز موسى د. جيهان عيسى – د. محمد توم عبد المجيد – د. عامر المجذوب–السودان)**	٢٠٩ ـ ٢٣٨
١١.	**خصوصية النبي صلى الله عليه وسلم في الخطاب القرآني للرسل (أ. أميمة علوب محمد السيد – السودان)**	٢٣٩ ـ ٢٥٥

.١٢	أصول المعاملات المالية والاقتصادية في القرآن الكريم (آيات مختارة) (الدكتور المعز لله صالح أحمد البلاع – السودان)	٢٥٧ _ ٢٨٠
.١٣	آيات الإنفاق في سورة البقرة ودورها في معالجة القضايا الاقتصادية في المجتمع المسلم (د. يوسف خميس أبو رفاس – السودان)	٢٨١ _ ٢٩٧

مقدمة الكتاب:

نضع بين يديك– عزيزي القاريء– هذه المجموعة من الأوراق العلمية التي كتبت بأقلام متنوعة، قد تكون مختلفة في تناولها للقضايا التي تطرحها، لكن يجمعها أنها تصب في بحيرة واحدة تمثل محاور المؤتمر العالمي للقرآن الكريم ودوره في الحضارة الإنسانية الذي تداعت له أقلام الباحثين بمختلف مشاربهم وتخصصاتهم.

الحق أن هذه الأوراق المشار إليها ما كان لها أن تكون بهذه الصورة التي عليها الآن لولا اجتيازها لعدد من المحطات، التي تأتي في مقدمتها، تحكيم مستخلصها وإعادة تحريرها عبر لجنة مختصة، ومن ثم تحكيم الورقة نفسها عبر لجنة مختصة أيضا، ومن ثم تصحيحها لغوياً بواسطة لغوي متميز في مضمار التدقيق اللغوي.

ارتكازاً على ذلك ندرك مدى الجهد الذي بذل في إعداد محتويات هذا المجلد من الأوراق العلمية التي نأمل أن تقع موقعاً حسناً عند القرّاء فذاك ما نصبو إليه، والله ولي التوفيق.

تقديم الكتاب

نسأل الله سبحانه وتعالى أن يؤدي هذا المؤتمر العلمي مهمته، كاملة في التعريف بدور القرآن في تشكيل الحياة الإنسانية على استحالة ذلك بالطبع. لأن لهذا الكتاب الإلهي إسهاماته التي تبدو وكأنها لا متناهية في تشكيل التاريخ الإنساني، وتشكيل الفضاء العام وتشكيل العقل والوجدان وكل ما يتعلق بالإنسان ودوره في هذه الحياة.

كل ذلك لان القرآن خطاب الله الكامل للإنسان ، الكتاب الجامع المفتوح للدراسة والتأمل في كل زمان ومكان ، هو مصدر المعارف الدائم يَعْظُم من يأخذ منه ، ويَشْرُف من يلجأ إليه، مورد الخير ومنبع البركة والنعمة وهو الحبل المتين والقوة التي لا تلين. لكل ذلك لم ينقطع الاهتمام به والاحتفاء بعظمته منذ أن نزل وسيظل كذلك إلى ما شاء الله. كما أن الإسلام، حتى وفي ظروف الكبت والإقصاء والتهميش، ظل بفضل هذا الكتاب يُمثل المرجعية للأفراد والمجتمعات سراً وباطناً في ظل أوضاع الاضطهاد والحرب ومحاكم التفتيش التي ما تزال دائرة في بعض بقاع الأرض.

والحق أن اهتمام جامعة إفريقيا وأهل السودان به لم يأت من فراغ، وإنما يعود ذلك إلى الأهداف والوجهة الأولى للمركز الإسلامي الإفريقي، نواة هذه الجامعة، التي احتضنها أهل السودان شعباً وحكومةً، وآزرهم عليها قوم كرام وحكومات وهيئات كريمة ، وهي ذات الجهات التي تدعم اليوم مؤتمر القرآن الكريم.

ولا يزال القرآن الكريم من أكبر اهتمامات جامعة إفريقيا المتمثلة في مطلوبات الجامعة المهولة من القرآن ودراساته، وحلقاته العامرة في مساجدها وقاعاتها.

لجنة التغطية الالكترونية Online Publishing Committee

د. أشرف محمد عبدالله / أ.عبدالماجد محمد أحمد / أ.مصطفى حسن ابراهيم / أ.التجاني محمد احمد كرار

"المؤتمر العالمي للقرآن الكريم ودوره في بناء الحضارة الإنسانية" جاء عنواناً لهذا التجمع القرآني الكبير. عنواناً تتطوي تحته محاور تركز في مجملها على إسهام القرآن في حضارة الإنسان في كل مجالات الإسهام. نتج عنه هذه الأوراق التي تصب بحوثها في خدمه القرآن وإبراز دوره الحضاري.

(ج)

هذا المؤتمر مجرد محاوله متواضعة لقراءة دور القرآن في بناء المجتمعات الإسلامية وكذلك معرفة إسهام العلوم التي بثها العقل الإسلامي في إعادة تشكيل العقل الإنساني الذي قاد لحضارة العلمية الحديثة، كما أن القرآن يظل وراء كل حدث كبير، وما التحولات الجارية في العالم الإسلامي اليوم إلا صدىً لهذا الكتاب الذي لا تنقضي عجائبه، لان القرآن وراء ازدهار المساجد ووراء إعمار الشباب لدور العبادة، ووراء العودة للّه، والقرآن هو التجويد والعلم والعقل والتدبر، وطهارة اليد واللسان والعفة، وطهارة العقل والبنان وطهارة الجنان– وفي إطار هذه المعاني يجئ هذا المؤتمر.

ولكي يظهر المؤتمر في الصورة اللائقة بعظمة القرآن حرصت الجامعة على البرامج المصاحبة ومن بينها معرض القرآن الكريم الذي يبرز جهود أهل القرآن بالسودان وغيره من البلدان، الجهود الرسمية والشعبية القديمة منها والحديثة.

كما تشمل التظاهرة حدثاً قرآنياً كبيراً تتجمع فيه خلاوي السودان بفسيفسائها وأطيافها المختلفة حول " تُقَّابة القرآن " نار القرآن العظمى التي تجسد تقاليد أهل السودان في تعليم القرآن ودراسته.

بالإضافة لذلك فأن هذه التظاهرة ستشهد مشاركة وفعاليات واسعة من الشخصيات والمؤسسات المعنية بالقرآن محلياَ وإقليميا وعالمياً بما يبلور عظمه القرآن وجلاله.

Online Publishing Committee لجنة التغطية الالكترونية

د. أشرف محمد عبدالله / أ.عبدالماجد محمد أحمد / أ.مصطفى حسن ابراهيم / أ.التجاني محمد احمد كرار

وأنا ، إذ أقدم هذا الكتاب للمؤتمرين والقراء وأصحاب الشأن والاهتمام ، لا أشك في أن قيام هذا المؤتمر بهذه الصورة سيجلب الخير والبركة لجامعة إفريقيا ومجتمعها ، وللسودان وأهله ودولته ، عليه اسأل الله أن يكون في كل ذلك عملاً صالحاً وجهداً مباركاً ، وان يكون لهذا الكتاب الذي يحتوي على طائفة من الأوراق المقدمة في المؤتمر فائدة عامة ودور ايجابي في التعريف بالمؤتمر بما يشحذ الهمم ويثير القرائح للإسهام في نجاحه وازدهاره .

واسأله تعالى أيضاً أن يكون هذا المؤتمر مجرد فاتحة لمئات المؤتمرات التي تتناول هذا الشأن.

والله ولي التوفيق،،

بروفيسور/ حسن مكي محمد أحمد
مدير جامعة إفريقيا العالمية

جامعة إفريقيا العالمية International University of Africa IUA

المؤتمر العالمي للقرآن الكريم ودوره في بناء الحضارة الإنسانية

THE HOLLY QURAN: INTERNATIONAL CONFERECE

الإعجاز العلمي في الصيام
(الصيام آية من آيات الله في رحمته بخلقه)

المحور الخامس:الإعجاز العملي في القرآن الكريم
(العلوم الطبيعية والرياضيات)

٢٠ ـ ٢٢ محرم ١٤٣٣هـ، الموافق ١٥ ـ ١٧ ديسمبر ٢٠١١م
الخرطوم – السودان

لجنة التغطية الالكترونية Online Publishing Committee

د. أشرف محمد عبدالله / أ.عبدالماجد محمد أحمد / أ.مصطفى حسن ابراهيم / أ.التجاني محمد احمد كرار

جامعة إفريقيا العالمية International University of Africa IUA
المؤتمر العالمي للقرآن الكريم ودوره في بناء الحضارة الإنسانية
THE HOLLY QURAN: INTERNATIONAL CONFERECE

اعداد
البروفيسور/ حسن أبو عائشة
مدير جامعة المغتربين

لجنة التغطية الالكترونية Online Publishing Committee
د. أشرف محمد عبدالله / أ.عبدالماجد محمد أحمد / أ.مصطفى حسن ابراهيم / أ.التجاني محمد احمد كرار

المبحث الأول: الصيام في القرآن والسنة:

الصيام في القرآن ومعنى قوله تعالى: "وأن تصوموا خير لكم إن كنتم تعلمون":

فرض الله تعالى الصيام على الأمة الإسلامية، وأخبرنا أنه قد فرضه على كل الأمم من قبلنا. قال تعالى: (يَا أيهَا الَّذِينَ آمنوا كُتِبَ عَلَيكم الصِّيَامُ كما كُتب عَلَى الَّذِينَ من قَبْلكمْ لعلكم تتقون) (البقرة١٨٣).

ويتبادرُ إلى الذهن أنه لابد أنْ يكون أمراً في غاية الأهمية، وإلا لما فرضه الله تعالى على كل الأمم المسلمة عبر التاريخ.

ثُمَّ يتأكدُ لنا أنَّ الأمر ذو أهمية بالغة عندما نجد أنَّ الله تعالى، من فوق سبع سماوات، يتلطف بنا، ويُغرينا بالصيام، ويَحثُّنا على أدائه، ويبين لنا أنه إذا لَمْ نستطع الصيامَ لعذر مقبول، فلا بأس أنْ نؤجله، ولكن نبذل قصارى جهدنا لنؤدِّيه قضاءً ولو بعد حين.

قال تعالى، مرغِّباً في الصيام، ومهوناً من مشقته، ومبينا أهميته: (أياماً معدودات، فمن كان منكم مريضاً أو على سفر فعدة من أيام أخر، وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين).

والراجح أنَّ معنى (وعلى الذين يطيقونه فدية طعام مسكين) أنَّ الأمر بالصيام في أول الأمر كان على وجه التخيير، فكان يمكن أنْ يفتدي المسلم

نفسه من أداء الصيام بإطعام مسكين، ثُمَّ نُسخ ذلك بصريح الأمر لكل من وجب عليه الصيام في نهاية الآيات، وهذا هو النسقُ القرآني في الفرائض والنواهي، يفرض الفرائض بالتدرج كما فعل في أمر الصلاة والإنفاق، وينهى عما كان مألوفاً بالتدرج كما بين لنا في النهي عن الخمر.

وفي أول أمر التشريعِ رغبَّ الله تعالى في الاستزادة من الصيام بالتطوع فيه في غير رمضان، فقال تعالى: (فمن تطوع خيرا فهو خير له، وأن تصوموا خير لكم؛ إن كنتم تعلمون) (البقرة١٨٤)، ثُمَّ فرض الله الصيام على المؤمنين على وجه الوجوبِ، وغلَّظتِ السنَّةُ في بيان عقوبة من أفطره عمداً.

وقوله تعالى: (وأن تصوموا خير لكم إن كنتم تعلمون) يدل على أنَّ الصيام حسَنٌ لذاته، إضافة إلى أنه عبادة وطاعة لأمر الله تعالى. و(الخير) اسم تفضيل – على غير قياس – وهو الحسنُ لذاته، لما يحقق من لذة أو نفع أو سعادة. فالصيام حسن لذاته، ولما يحققه للمؤمن من المنافع واللَّذة الروحية والسعادة في الدنيا والآخرة. ومعنى {إن كنتم تعلمون} أي لو كنتم تعلمون فضيلة الصوم وفوائده لرأيتم منه عجباً.

وفي نهاية هذا البحث سنعرف أهمية الصيام القصوى لاستمرار صحة الإنسان في أفضل حالاتها بالصيام كما بينه الإسلام، وأن الذي لا يصوم يفقد أموراً مهمة قد تؤدي إلى ارتباك صحة جسده وعقله.

الإعجاز في قوله تعالى: يريد الله بكم اليُسر ولا يريد بكم العسر:

تشير الدراسات العلمية المحققة في وظائف أعضاء الجسم، أثناء مراحل التجويع الطبي (وهو التجويع لساعات قصيرة أو متوسطة المدى أو لأيام عديدة)، تشير إلى يسر الصيام الإسلامي وسهولته، تحقيقاً لقوله تعالى: {يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر} [البقرة:١٨٥]، وذلك لأن العلم الحديث اكتشف فوائد ما سموه (بالتجويع) لفترات مختلفة: قصيرة، ومتوسطة، وطويلة. وثبت الآن أنَّ الصيام يحقق أفضل أنواع النتائج الإيجابية الصحية بأقصر فترة (تجويع) ممكنة، هي فترة الصيام الإسلامي المعروف، وسيأتي بيان ذلك تفصيلاً إنْ شاء الله.

وفي تفسير الآية قال العلماء: إن الله تعالى أوجب الصوم على سبيل السهولة واليسر، وما أوجبه إلا في مدة قليلة من السنة، ثم ما أوجب هذا القليل على المريض ولا على المسافر، ولكن نلاحظ أنَّ رخصة الإفطار للمريض والمسافر ليستْ أبديةً، بل تنتهي بالشفاء من المرض والاستقرار للمسافر، ثُمَّ

عليهما قضاء ما فاتهما من الصيام، وفي ذلك دليل على عظيم اهتمام الشارع بالصيام في حياة المسلم.

الصيام في السنة:

سنَّ رسول الله صلى الله عليه وسلم أياماً كثيرة للصيام في غير رمضان، ورغَّب فيه، منها أيام شوال، وعرفة، وعاشوراء، والأيام البيض، وأيام العرض (الاثنين والخميس)، وصيام داود عليه السلام. كل ذلك يتسق تماماً مع ما سبق بيانه من حض القرآن على الصيام، وتحسين التطوع به لمرضاة الله تعالى، لما فيه من مصلحة مباشرة للعبد المطيع. ونصوص هذه السنن موجودة باستفاضة في مظانِّها من كتبِ السنن، وهي معروفة لكل المسلمين، لكثرة الإشارة إليها، والعمل بها في الحياة اليومية في كل بقاع العالم. ومن اللافتِ للنظرِ أنَّ الإسلام خصَّ الصيامَ بخصوصية خاصةٍ، فاقتْ كل الطاعات بما في ذلك الصلاةَ والزكاةَ والجهاد؛ ففي الحديث القدسي الشريف: (كلُّ عملِ ابن آدم له إلا الصيام، فإنه لي وأنا أجزي به).

وسنن رسول الله صلى الله عليه وسلم جديرة بالإتباع، والحرص عليها. قال تعالى:{يا أيها الذين آمنوا استجيبوا لله والرسول إذا دعاكم لما يحييكم} (الأنفال: ٢٤). ويهمنا هنا الإشارة إلى اهتمام النبي صلى الله عليه

وسلم بالصيام اهتماماً خاصاً، والحضِّ عليه، وتشجيع المسلمين عليه، وترغيبهم فيه. بل إنَّ الشرع بقرآنه وسنة نبيه جعل الصيام جزءاً من كفارات الذنوب ككفارة القتل الخطأ، وكفارة من أفطر عمداً في رمضان، وكفارة الظِهارِ بين الأزواج، وكفارة الأيْمانِ (الحَلفِ)، وكفارات بعض المخالفات التي يقع فيها الحاجُّ لبيتِ الله الحرام، وغير ذلك.

المبحث الثاني: آثار الصوم على الأصحاء بحسب البحوث العلمية الحديثة

لا يوجد بحث علمي- فيما أعلم- أجري على الصائمين الأصحاء، في الظروف الطبيعية، إلا وأفاد أحد أمرين :جحاث

١. إما عدم تأثير الصيام على وظائف الأعضاء ومكونات الجسم بأي قدر يشكل خطورة على الجسم أو يسبب ضرراً محققاً على وظائف الجسم.

أو أنَّ الصيام يظهر فوائد جلية في كثير من الوظائف الجسم.

وقد أثبتت البحوث الرصينة أنَّ الصيام يحسِّن العديد من مكونات الجسم ووظائف الأعضاء في الأصحاء، وحتى في الشيخوخة،[٣٢] أو أثناء الحمل، أو الرضاعة أو أثناء السفر، إذا لَمْ تصحبِ الصيامَ مشقةٌ كبيرة. بل وأثبتت

الأبحاث بأن الصيام يساعد في شفاء بعض الأمراض، وسنعرض فيما يلي لأمثلة من تلك البحوث إنْ شاء الله. وقبل ذلك دعونا ننظر للمفهوم الطبي للصوم.

التجارب المخبرية في مراحل التجويع وآثاره

قسمت المراجع الطبية التجويع إلى ثلاث مراحل: مرحلة مبكرة، ومتوسطة، وطويلة الأجل. وقد اكتشفت هذه الآثار (للتجويع) بعد تعريض حيوانات مخبرية للجوع لمراحل مختلفة، ثُمَّ طُبقت الملاحظات على بشر تعرضوا للجوع لأوقات مماثلة أو مقاربة لما تعرضت له حيوانات المختبر.

أولاً: المرحلة المبكرة للتجويع:

هذه هي المرحلة التي تبدأ بعد نهاية فترة امتصاص آخر وجبة من الجهاز الهضمي (أي بعد حوالي خمسِ ساعات من الأكل) وحتى نهاية فترة ما بعد الامتصاص والتي تتراوح مدتها من نحو أربعة ساعات إلى حوالي اثنتي عشر ساعة. هذه الفترة من الانقطاع عن الطعام آمنة تماماً بالمقاييس العلمية، فالجلوكوز (وهو المصدر الأساسي لطاقة الجسم) يكون متوفراً للجسم في هذه الفترة، وهو الوقود الوحيد الذي يصلح لاستخدام خلايا المخ، والدهون (وهي مصدر الطاقة الاحتياطي) لا تتأكسد في هذه الفترة من الصيام بالقدر الذي يولد أجساماً كيتونية بالدم. أما المواد البرتونية في الجسم (وهي التي تتكون

منها عضلات الجسم التي تحمل أثقال الجسم المختلفة) فإنها تكون في مأمن من آثار التجويع إذا انتهت مدته بحوالي اثنتي عشر ساعة.

ثانياً: المرحلة المتوسطة: تقع بعد ١٨ إلى ٤٨ ساعة

عندما يستمر الجوع لفترة زمنية تزيد عن ١٨ ساعة، يكون الجلوكوز (وهو المادة المفضلة لإنتاج الطاقة للجسم) قد استُهلكَ تماماً، أو كاد. في هذه المرحلة من الجوع يبدأ الجسم في استخدام بدائل الطاقة. والبديل الأول هو استخراج الطاقة من الدهون، ويصاحب ذلك توليد الأجسام الكيتونية ذات الحمضية العالية (وهي في مجملها مكونات جانبية لإنتاج الطاقة من الدهون خاصة، وهي مضرة بصحة الجسم)، فإن لَمْ يَكفِ ذلك لتوليد الطاقة الضرورية لعمليات الحياة كان لابد من استهلاك البروتين لإنتاج الطاقة. غير أنَّ استهلاك البروتين ينتج عنه هدمٌ لعضلات الجسم مما يحدث خللاً في التوازن النتروجيني في الجسم.

إذن المرحلة المتوسطة من التجويع يَصحبها استنفاد الجلوكوز وبداية استهلاك الدهون مما يُعرض الجسم للآثار الضارة للأحماض الكيتونية الناتجة عن استعمال الدهون للطاقة. أما استهلاك البروتين المؤدي إلى هدم العضلات

فإنه يندرُ في هذه المرحلة من التجويع، ولكن يمكن أن تكون هناك بدايات مُنذره له. الضعف الجسدي الذي يُصاحب هذه المرحلة من التجويع يمكن التغلب عليه بيسر بإعادة التغذية، فيسترد الجسم حيويته بسرعة بعد الإطعام.

ثالثاً: المرحلة الطويلة: تبدأ بعد اليوم الثاني:

بعد مضي أكثر من ٤٨ ساعة (يومين متتاليين) تزداد الأجسام الكيتونية في خلايا الجسم، مما يزيد من حمضية الدم، الذي يبدأ في التأثير على الاستقلاب. ويفقد المخ مادة الجلوكوز تماماً، ويبدأ في فقد توازنه. ويبدأ استهلاك البروتين في إنتاج الطاقة مما يؤدي إلى ضعف في البنية العضلية نتيجة خلل التوازن النتروجيني في الجسم. إذا استمرت هذه المرحلة لمدد متطاولة فإن إعادة التغذية لا تأتي بنتائج فورية، ويحتاج الجسم لزمن قد يطول لإعادة بناء العضلات التي لا يتحرك الجسم بكفاءة إلا بها.

رابعاً: آثار الصوم المتواصل على الغدد الجنسية:

في عام ١٩٨١ قام باحثون من أوربا [1] بمتابعة آثار الصيام المتواصل على الغدد الجنسية لدى حيوانات المختبر. ثبت في هذا البحث هبوط مستوى هرمون الذكورة (التيستوستيرون)، هبوطاً كبيراً أثناء الصيام المتواصل. ثُمَّ أُطعمت تلك الحيوانات، وأُعيد تغذيتها، غير أن مستويات هرمونات الذكورة استمر منخفضاً لمدة ثلاثة أيام بعد إعادة التغذية، ثم ارتفع الهرمون الذكوري ارتفاعاً كبيراً بعد ذلك.

أثر الصيام الإسلامي في الوقاية من الأمراض

قام الباحثان رياض البيبي وأحمد القاضي بنشر بحوثهما في هذا الخصوص[2]. أخضع الباحثان متطوعين من مختلف الأعمار، ومن الجنسين وهم في حالة الصيام الإسلامية لمراقبة دقيقة وفحوص طبية عديدة على مدى أيام متتالية في رمضان. وكانت النتيجة أنَّ الصيام كانت له آثار واضحة ومقاسة في (١) تخفيض الانفعالات النفسية رغم الاستثارات المختلفة التي

---

[1] K. Inesh, Beitins, Thomas, Badger et al (1981) Reproductive Function during Fasting –Men .J. of clin endocrin and Metabol. 53: 258 – 266)

[2] Riyad Albiby and Ahmed Elkadi, A Preliminary Report on effects of Islamic fasting on lipoproteins and immunity. The American journal of medicine (JMA) vol 17. 188,

تعرَّض لها الصائمون. (٢) كان هناك انخفاض واضح في سُّميات الجسم مقارنة مع حالة نفس المجموعة عندما لَمْ يكونوا صائمين. (٣) انخفضت الدهون الخفيفة (الضارة بالصحة) في فترة الصيام مقارنة بما قبل وبعد الصيام.

كما أثبتت العديد من البحوث[3] أنَّ الصيام يقوي جهاز المناعة لدى الصائم، فيقي الجسم من أمراض كثيرة، وذلك بتحسن المؤشر الوظيفي للخلايا. فمثلاً وُجد أنَّ الخلايا اللمفاوية تتحسن كفاءتها الوظيفية عشرة أضعاف بصفة عامة أثناء الصيام؛ كما تزداد نسبة الخلايا المسؤولة عن زيادة كبيرة، وترتفع بعض أنواع (T-lymphocytes)المناعة النوعية الأجسام المضادة في الجسم، وتنشط الردود المناعية نتيجة لزيادة البروتين الدهني عالي الكثافة (الدهون الصديقة للصحة).

---

[3] تجدها ملحصة في المصدر السابق.

كل هذة التغيرات الإيجابية تؤدي إلى إزياد مقاومة الجسم للأمراض السارية التي تسببها مكروبات غازية للجسم، أو أنواع الحساسيات التي تؤدي إلى اختلال وظائف الجسم.

أثر الصيام الإسلامي في علاج بعض الأمراض

دلت البحوث الوظيفية أنَّ الصيام يساعد في عملية الهدم الداخلية لتجديد الجسم، كما سيأتي في الآثار الطبية لعلميات التجويع. ويساعد الصيام ايضاً على استكمال عملية الامتصاص في الجهاز الهضمي، وهناك دلائل قوية على أنَّ الصيام يزيد من الخصوبة لدى المرأة والرجل. هذا إضافة إلى الآثار النفسية الإيجابية مثل السيطرة على الغضب والتريث والسكينة والهدوء.

المبحث الثالث: الإعجاز العلمي للنصوص الإسلامية الخاصة بالصيام

الصيام و تخفيض الانفعالات النفسية

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : " الصيام جُنَّة فلا يرفث ولا يجهل وإن امرؤ قاتله أو شاتمه فليقل إني صائم، إني صائم. والذي نفسي بيده لخُلوف فم الصائم أطيب عند الله تعالى من ريح المسك، قال تعالى : يترك طعامه وشرابه وشهوته مِن أجلي الصيام لي وأنا

أجزي به، والحسنة بعشر أمثالها " . رواه البخاري (١٧٩٥) ومسلم (١١٥١)
.

[ومعنى " جُنَّة " : وقاية وستر سواء من الآثام أو من النار].

هذا الحديث الشريف يُرشدُ الصائم إلى ألا يستجيب للاستفزاز، وأن يركن للسكينة ولا يُتبع نفسه لهوى الانفعال. وقد أثبتت البحوث الطبية أنَّ كثيراً من النوبات الطارئة، كالنوبات القلبية، والشلل النصفي، وغيرها، كثيراً ما تحدث بسبب انفعال سريع، كالغضب، والانزعاج، والهلع، والخوف، فكلها تؤدي إلى إفراز الجسم لهرمونات دفاعية تحاول أن تساعد الجسم ليبذل طاقة زائدة لمواجهة خطر قادم: هي هرمونات الأدرنالين ومشتقاتها. وينتج عن زيادة هذه الهرمونات تزايد عمل القلب وانقباض الشرايين التي قد تنفجر بسبب زيادة التحميل الفُجائي.

والإسلام يدربنا على ضبط النفس، ففي الحديث الشريف: (ليس الشديد بالصُّرعة، وإنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب).

وفي حديث أبي هريرة الذي مر: (فلا يرفث ولا يجهل وإن امرؤ قاتله أو شاتمه فليقل إني صائم، إني صائم).

فضبط النفس يقي المسلم من آثار زيادة تلك الهرمونات الضارة التي تأتي بسبب الانفعالات الفجائية.

الصيام الإسلامي وأثره في كبح الرغبة الجنسية

وُجدَ أن الإكثار من الصوم مع الاعتدال في الطعام والشراب (أي الصيام الذي تقطعه فترات قصيرة من العودة إلى الطعام والشراب، كما هو الحال في الصيام الإسلامي)، مع بذل الجهد المعتاد يقترب من الصيام المتواصل (المعروف في المصطلح الطبي بالتجويع) في الآثار الإيجابية مع تجنب الكثير من الآثار السلبية.

إن الإكثار من الصوم مثبط للرغبة الجنسية وكابح لها، وهذا يؤكد أن الصيام له القدرة على كبح الرغبة الجنسية مع تحسينها بعد ذلك.

ويجني الشاب فائدته في تثبيط غرائزه المتأججة بيسر، دون أن يتعرض إلى أخطار الصيام المتواصل؛ فالصيامُ يخفف ويهدئ ثورة الغريزة الجنسية،

وخصوصاً عند الشباب، وبذلك يقي الجسم من الاضطرابات النفسية والجسمية، والانحرافات السلوكية.

هذه الملاحظات العلمية تحقيق للإعجاز في حديث النبي صلى الله عليه وسلم " يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج، ومن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء"

معنى (الوجاء) لغةً أن ترضَّ أنثيا الفحل (خصيتاه) رضاً شديداً، يُذهب شهوة الجماع، ومعنى قوله النبي صلى الله عليه وسلم " فعليه بالصوم " أي فليكثر من الصوم.

وهناك جهان للإعجاز العلمي في الحديث

الأول: الإشارة إلى أن الخصيتين هما مكان إنتاج عوامل الإثارة الجنسية، حيث أن معنى الوجاء أن ترض أنثيا الفحل (خصيتاه) رضاً شديداً، يذهب شهوة الجماع، وتوجد في الخصيتين خلايا متخصصة في إنتاج هرمون وهو الهرمون المحرك والمثير للرغبة (Testosterone)التيستوستيرون الجنسية، وأن قطع الخصيتين أو إتلافهما بالرضِّ الشديدِ (الخصي) يذهب هذه

الرغبة، ويخمدها تماماً. ويتنزل الصيام في قطع الشهوة منزلة الخصي، ولكنه لا يُتلفُ الأُنْثَين (الخصيتين).

الوجه الثاني: أن الصيام المتكرر بالطريقة الإسلامية يؤدي نفس نتائج الصيام المتواصل من هذه الناحية دون الأذي الذي يسببه الصيام المتواصل.

الصيام الإسلامي وزيادة الخصوبة

ذكرنا أنَّ الأبحاث العلمية أثبتت أنَّ الإكثار من الصوم مثبط للرغبة الجنسية وكابح لها، ويسبب هبوط مستوى هرمون الذكورة (التيستوستيرون)، هبوطاً كبيراً أثناء الصيام، ثم ترتفع نسبة هرمون الذكورة ارتفاعاً كبيراً بعد إعادة التغذية، مما ينتج عنه زيادة الخصوبة عند الرجل بعد الإفطار.

ومن دلائل إعجاز الحديث الشريف أن الحض على الصيام المتكرر للشباب يحقق مطلباً إسلامياً وهو التعفف عن الزنا وارتياد المحارم، مع المحافظة على الخصوبة للمستقبل بعد الزواج، بل وزيادتها بعد الفطر (أي بعد انتفاء الحاجة إلى الصيام الكابح للشهوات بزواج الشاب). هذا بالرغم من أن (الوجاء) في العادة يسبب نقص الخصوبة بصفة دائمة.

الصيام والخصوبة عند الرجال

أجرى الدكتور سمير عباس والدكتور عبد الله باسلامة، بكلية الطب جامعة الملك عبد العزيز، بالمملكة العربية السعودية (في عام ١٩٨٦)، دراسة للنظر في مستوى الخصوبة عند الرجال في الحياة الطبيعية ومدى تأثير الصيام بالطريقة الإسلامية على ذلك.

تكونت عينة الدراسة من واحد وعشرين رجلاً: ثمانية منهم أصحاء، وعشرة يعانون من نقص المنويات (oligospermia)، وثلاثة ليست لديهم منويات بالكامل، أي يعانون من مرض انعدم المنويات (Azospermia).

أُخذت عينات من الدم، والمني، من المجموعات الثلاث في خلال شهر شعبان، ورمضان، وشوال، لتحليل المني، والهرمونات التالية :

[التيستوستيرون Testosterone، و البرولاكتين Prolactin، والهرمون الملوتن L . H، والهرمون المنبه للجريب F.S.H]

وكانت النتائج كالتالي:

(١) حدثت تغيرات حيوية بين الأشخاص الطبيعيين (مجموعة الأشخاص الأصحاء)، حيث تحسن أداء هرمون الذكورة (Testosterone)، دون أن يحصل ارتفاع في مستواه الحيوي خلال الأشهر الثلاثة من البحث.

(٢) إزداد حجم المني (كمية السائل المنوي)، والعدد الكلي للمنويات، إزدياداً ملحوظا أثناء شهر الصيام، وتحسنتْ نسبة المنويات الحية، وانخفضت نسبة المنويات الميتة أثناء شهر الصيام.

[يخلص من هذا أنَّ نسبة هرمون الذكورة ظلت ثابتة معيارياً، ولكن كفاءة أداء الهرمون إزدادت مما حسَّن من عدد المنويات الحيَّة، وخفَّض من عدد المنويات الميتة. يُخلص من هذا أنَّ الرغبة الجنسية عند الصائمين لا تزيدُ عن معدلها الطبيعي ولكن نسبة خصوبتهم تزداد.]

(١) إزداد الهرمون المنبه للجريب (F.S.H)، ازديادًا ملحوظاً خلال شهر رمضان، مقارنة بمستواه قبل وبعد الصيام في الأشخاص الطبيعيين. وهذا الهرمون له علاقة بتصنيع المركبات الاستيرويدية في نسيج الخصية، كما يمكن أن يُعزى التغير إلى الأحسن في أداء هرمون التيستوستيرون (دون ارتفاع في كميته)

إلى التغير في مستوى هذا الهرمون (FSH)، لأن الهرمون الملوتن (LH) ازداد زيادة ملحوظة أثناء الصيام أيضاً في هذه المجموعة.

(٢)لَمْ تسجل تغييرات جوهرية في مستوى هرمون FSH في رمضان مقارنة بشوال عند الأشخاص الذين يعانون من نقص المنويات، أو انعدامها. وهذا الهرمون له علاقة بتكون المنويات الحية في الخصية.

(٣)سجلت زيادة ملحوظة في مستوى هرمون البرولاكتين.

وخلص الباحثان إلى أن للصيام أثرًا مفيدًا على تكون المنويات، إما عن طريق محور التأثير الهرموني Hypothalamo - pitutary testicular ، أو عن طريق التأثير المباشر على الخصيتين.

الصيام والخصوبة عند النساء

لاحظ الباحثان من إحصائيات المستشفى الجامعي بجدة (المملكة العربية السعودية)[4]، أن عدد حالات الحمل تصل إلى معدل كبير في شهر شوال، مقارنة بشهور السنة الأخرى.

من ناحية مخبرية لاحظ الباحثان أنَّ الهرمون المحفز للتبيض يزداد بصورة ملحوظة بالصيام عند النساء، مما يفسر نسبة زيادة الحمل الذي يظهر في الشهر التالي للصيام (شوال).

تنقية الجسم من السموم المتراكمة

يقي الصيام الجسم من أخطار السموم المتراكمة في خلاياه، وبين أنسجته، من جراء تناول الأطعمة، وخصوصاً المحفوظة والمصنعة منها وتناول الأدوية واستنشاق الهواء الملوث بهذه السموم . ولبيان ذلك نحتاج للتأمل في بعض خلق الله البديع.

---

[4] المصدر السابق.

Formatted: Font: 14 pt, Complex Script Font: 14 pt

فمن ذلك أنَّ الجسم الحي (في سائر الأحياء بأنواعها المختلفة من حيوان ونبات) خلقها الله تعالى في حالة حراك داخلي مستمر بين هدم وبناء. فكل الخلايا في الجسم تتجدد باستمرار بنمط ونظام وأجل معلوم. بعض الخلايا تموت يومياً ويولد غيرها كل يوم، وبعضها يموت بعد زمن قد يطول أو يقصر، ويُنتج الجسم غيرها. فمن أمثلة ذلك أنَّ خلايا الدم الأبيض – وهي التي تصارع الأجسام الغازية للجسم من الخارج كالجراثيم ونحوها – هذه الخلايا عمرها المقدر لا يتجاوزُ أسبوعاً واحداً، تشيخ بعده، وتموتُ إذا لَمْ تُقتلْ من قبل ذلك في إحدى المعارك مع الغزاة! أما الكُريَّات الحمراء التي تنقل غاز الأكسجين من الرئة إلى كل الخلايا لتتم عملية الاحتراق اللازم لتحرير الطاقة من مواد الوقود (مثل الجلوكوز)، كما تنقل هذه الخلايا غاز ثاني أُكسيد الكربون – وهو بمثابة نفيات الاحتراق – لتنفثه الرئتان في الهواء المحيط بنا، هذه الخلايا المهمة تعيش نحو ١٢٠ يوماً في المتوسط، ثُمَّ ينتهي عمرها الافتراضي ولابد لها من الفناء، ويولد غيرها من الخلايا الفتية الشابة لتستمر في العمل نفسه.

إذن فعملية فناء الخلايا والمواد المستهلكة والهرمة، واستبدالها بخلايا نشطة وحية وخالية من آثار المعارك والجروح التي تكون قد أصابت الخلايا

القديمة، هتان العملياتان مهمتان جداً، ومتلازمتان لضمان استمرار الحياة بنشاط وقوة. واتفق العلماء على تسميتهما بعمليتي الهدم والبناء، أوالتثبيط والتنشيط.

وبصفة عامة، الأكل والشرب يُحفزان عملية البناء المستمر، وتخزين الطاقة. والطاقة تساعد في بناء الخلايا وتقويتها. غير أنه لابد من التوقف عن الأكل والشرب لفترات معقولة تتوقف خلالها عملية البناء وتبدأ عملية الهدم! وإذا لم تجد آليات الهدم فرصة للعمل فإنها تضمر بسبب عدم الاستعمال، فتشيخ الخلايا ولا تستطيع مقاومة الأمراض والجهد عند الطلب. كما إنَّ الأكل المستمر، دون فترات راحة من عملية البناء، يَملأ الجسم بالنفايات، تماماً كما لو أنَّ مصنعاً نشطاً يُنتجُ كميات كبيرة من المواد ولا يجدُ فرصة للنظافة والصيانة.

حصول التوازن بين آليات الهدم والبناء في الجسم

يمكِّنُ الصيامُ الغددَ الصمَّ[5]، ذات العلاقة الوثيقة بأكثر عمليات الاستقلاب، في فترة ما بعد الامتصاص (امتصاص الطعام من الجهاز الهضمي وإدخال مواده إلى الدورة الدموية بعد تحويلها إلى مواد أساسية)، يمكِّنُها الصيام ومن أداء وظائفها، في تنظيم وإفراز هرموناتها الحيوية على أتم حال، وذلك بتنشيط آليات التثبيط والتنبيه لها يومياً، ولفترة دورية ثابتة، ومتغيرة طوال العام.

ومن إعجاز الإسلام في هذا الصدد تشجيع النبي صلى الله عليه وسلم المسلمين على عدم الإكثار من الطعام، وألا يأكلوا حتى يجوعوا. من ذلك قوله صلى الله عليه وسلم: (نحن قومٌ لا نأكل حتى نجوع، وإذا أكلنا لا نشبع). وقوله: (المعدة بيت الداء، والحمية رأس الدواء). وقد أصبح واضحاً لدى علماء الطب أنَّ أعطاء فرصة للجسم ليتوقف عن البناء وتخزين الطاقة أمرٌ في غاية

---

[5] تقول: الغدد الصم، ولا تقل: الغدد الصماء، كما يفعل الكثير من الجهلاء! ذلك لأن كلمة (صماء) إنما هي للمفرد، والغدد جمع، ولا يوصف الجمع بالإفراد، إذ إنَّ من خصائص النعت أن يتوافق مع المنعوت في التذكير والتأنيث، والجمع والإفراد، والتعريف والتنكير.

Formatted: Font: 14 pt, Complex Script Font: 14 pt

Formatted: Font: 14 pt, Complex Script Font: 14 pt

الأهمية لتتجدد الخلايا وذلك بالتخلص من الخلايا الهرمة والإنزيمات المستهلكة.

والصيام في رمضان يوفر للجسم توقفاً إجبارياً عن الإمداد بالماء والغذاء لفترات متوسطة (تمتد إلى نحو اثني عشر ساعة) مما يؤدي إلى توازن بين الهرمونات المتضادة في العمل، مثل هرمونات البناء (ويمثلها هرمون النمو والإنسولين)، وهرمونات الهدم (التي يمثلها هرمون الجلوكاجون والكوريتزول).

التوازن الدقيق بين المجموعتين يساعد في تركيز الأحماض الأمينية في الدم، وتوازن الاستقلاب، وينشط التعامل بكفاءة مع متطلبات دولاب الحياة الذي يعمل كل ثانية من الوقت دون توقف طوال حياة المخلوق من كل جنس. وفي فترة الصيام يستطيع الجسم أنَّ ينظف نفسه من النفايات، والخلايا الميتة، والإنزيمات المستهلكة، إضافة إلى إزالة السموم التي قد تكون دخلت مع الطعام والشراب إلى داخل الجسم.

توازن الهدم والبناء في الصيام الإسلامي

دعونا الآن ننظر إلى ترتيب الامتناع على الأكل والشرب، ثُمَّ العودة إليها في نظام الصيام الإسلامي وتأثير ذلك على الاستقلاب (وهو نظام انتاج الطاقة في الجسم، والتخلص من النفايات، ويستمر ذلك طول الوقت مدى الحياة).

يعتبر الصيام الإسلامي تمثيلاً غذائياً فريداً، إذ يشتمل على مرحلتي البناء والهدم، فبعد وجبتي الإفطار والسحور، يبدأ البناء للمركبات الهامة في الخلايا، وتجديد المواد المختزنة، والتي استهلكت في إنتاج الطاقة، وبعد فترة امتصاص وجبة السحور، يبدأ الهدم، فيتحلل المخزون الغذائي من الجليكوجين والدهون، ليمد الجسم بالطاقة اللازمة، أثناء الحركة والنشاط في نهار الصيام.

ومما يعجب له علماء وظائف الجسم أنَّ النبي صلى الله عليه وسلم أكدَّ وحثَّ على ضرورة تناول وجبة السحور، فعن أنس بن مالك رضي الله عنه قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "تسحروا فإن في السحور بركة " متفق عليه.

فالسحور يمدُّ الجسم بوجبة بناء يستمر لمدة أربع ساعات، محسوبة من زمن الانقطاع عن الطعام، أي يكون في الجسم طعام حتى أوائل النهارِ من يوم الصيام، وبهذا يمكن تقليص فترة انعدام الطعام الفعلي إلى أقل زمن ممكن. وتأكيداً لأهمية ذلك فقد حثَّ النبي صلى الله عليه وسلم على تأخير السحور إلى أقصى مدىً ممكن، فقد روى عن زيد بن ثابت رضي الله عنه قال: " تسحرنا مع رسول الله صلى الله عليه وسلم ثم قمنا إلى الصلاة، قيل: كم كان بينهما ؟ قال خمسون آية " (متفق عليه).

وفي الطرف الآخر من اليوم، حث النبي صلى الله عليه وسلم على التعجيل بالفطر، وذلك يؤدي إلى التعجيل بعملية البناء الاستقلابي! ففي الحديث أنَّ النبي صلى الله عليه وسلم حضَّ على تعجيل الفطر حيث قال: " لا يزال الناس بخير ما عجلوا الفطر" – متفق عليه.

فإذا اتبع المسلمون ذلك، فإن يوم الصوم يعني بداية عملية نظافة لخلايا الجسم، وترميم للتالف منها، تبدأ فوراً بعد زمن مرصود بدقة، يكون في مجملة نحو ست ساعات من الفراغ الكامل من الأكل والشرب في الجسم، فهذه فترة تنظيف كامل، لا يصرف عنه شيء من عمل البناء! ثَم يأتي الإفطار

ليبدأ الجسم في بناء المخزون من الطاقة تستثير انتاج خلايا جديدة وفتية، وانتاج عصارات جديدة ذات طبائع مختلفة، كلها تبدأ بعد الإفطار وتزويد الجسم بطاقة جديدة، كان مستعداً لاستقبالها بعد النظافة التامة للجسم من الخلايا الضعيفة، وبقايا الاستقلاب المختلفة أثناء النهار.

وفي ضوء كل ذلك النظام البديع، نعود لنتأمل الآية: [وأن تصوموا خيرٌ لكم، إن كنتم تعلمون].

ونتأمل قوله تعالى: [يريد الله بكم اليسر، ولا يريد بكم العسر].

فالصيام أراد الله به اليسر للمسلم، وليس مجرد تعويده على الصبر على المشقة فحسب كما يتبادر لكثير من الأذهان. فالصيام ضروري لتنظيف الجسم من الداخل.

وقوله تعالى: [ولتكملوا العدة، ولتكبروا الله على ما هداكم، ولعلكم تشكرون] (البقرة ١٨٤). يفيد، والله أعلم، أنَّ الحرص على إكمال المدة المطلوبة مهم جداً لإكمال اليسر والفائدة للإنسان. وهذه (العدة) هي الحد الأدنى المطلوب: ثلاثون يوماً أو نحوها كل عام. ولكن: [أنَّ تصوموا خيرٌ

لكم، إنْ كُنتم تعلمون]، أي يُشجعنا الله تعالى على الزيادة من أيام الصوم عن الأيام الإجبارية، وهي أيام شهر رمضان.

الصيام المثالي

ينبغي على المسلم أن يؤدي الصيام على صورته المثلي، والتي يمكن أن تتحقق بتقليل فترة الصيام اليومي إلى الحد الأدني من ساعات الامتناع عن الطعام والشراب، وذلك بتعجيل الفطور وتأخير السحور، وتناول وجبة السحور وعدم إهمالها. ومن الناحية الأخرى يدلنا الشرع على أنَّ الأوفق هو الاعتدال في الطعام والشراب في الإفطار والسحور، والأفضلُ الاقتصار عليهما، وترك عادة كثرة الأكل طوال الليل. كما يشجعنا الإسلام على القيام بالحركة والنشاط والجهد اليومي المعتاد، وألا نجعل الصوم عذراً للتكاسل وعدم العمل والجهد، وتنظيم النوم ليلاً ليكون في جزء من الليل وترك السهر المتواصل. كل ذلك يدل على أنَّ نسق الحياة ينبغي أنْ يكون طبيعياً في أيام الصيام، وقد ثبت في السيرة أنَّ العديد من المعارك الإسلامية الشهيرة وقعت في شهر رمضانَ – وليس هناكَ أشق من الحربِ في الحياة اليومية!

علاج الصيام لبعض الأمراض

فيما يلى نشير إلى بعض البحوث المنشورة حول فائدة الصيام لعلاج بعض الأمراض المعروفة. فالصيام يعالج عدداً من الأمراض الخطيرة أهمها:

أ- الأمراض الناتجة عن السمنة: كمرض تصلب الشرايين، وضغط الدم، وبعض أمراض القلب (وهذه أمور توافقت على أثر الصيام فيها بحوث كثيرة جداً، فأصبح الأمر في حكم التواتر).

ب- يعالج بعض أمراض الدورة الدموية الطرفية مثل: مرض الرينود (Raynaud's disease) (ومرض برجر S.M. Bakir (1991) Can fasting in Ramadan help in some periphral vascular diseases ? JIMA: VOL. 23: 163 - 164. .(

جــ- يعالج الصيام المتواصل (الطبي) مرض التهاب المفاصل المزمن ((الروماتويد) RA (

N N. Mariuden. 1. Trang. N venizelos, and pamblad. (1983) Neutrophil functions and clinical performance after total fasting in patients with rheumatis. Annals of rheumatic diseases. 42: 54 - 51 .(

د- يعالج الصيام الإسلامي ارتفاع حموضة المعدة، وبالتالي يساعد في التئام قرحة المعدة مع العلاج المناسب

) Muazzam MG., Ali M. N. and Husain A. (1963) Observations on the effects of Ramadan Fasting on Gasric acidity. The Meducus, 25:228. .(

خاتمة

لا يسعنا في خاتمة هذا البحث إلا أنْ نشهدَ ألا الله إلا الله، وأن محمداً رسولُ الله، وأن القرآن حق، وأن الجنةَ حقٌّ، وأن النارَ حق. ونشهدُ أن الله يريدُ بنا اليسرَ ولا يريدُ بنا العسرَ. وأن الله أرحمُ بعباده من الأمِّ بولدها. وأنه تعالى قد خلق كلَّ شيء فقدَّره تقديراً دقيقاً. وأنّا لَم نؤتَ من العلم إلا قليلاً. سبحانك اللهم وبحمدكَ، نشهد ألا إله إلا أنتَ، نستغفرُك ونتوبُ إليك. نسغفركَ من تطاولنا، وتعالُمنا، وإدعائنا العلم والفهم، وأنتَ أحكم الحاكمين، ونسألك أنْ تفقهنا في دينك، وتؤتينا رحمةً من عندِكَ وتعلمنا من لدنك علماً.

وصلِّ اللهم وباركْ وسلِّم على رسولك ونبيك سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين. وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين.